

## COMPARAÇÃO DE POSTURA E ENCURTAMENTO MUSCULAR ENTRE ADOLESCENTES ATLETAS E NÃO-ATLETAS

---

**INSTITUIÇÃO: INSTITUTO DO ATLETA (IDA)**

**AUTORES: [VALDUGA, R.], [SWERTS, L. C. M.], [RAIMUNDO, A. K. S.], [ANTONELO, M. C.]**

---

O propósito desta pesquisa foi realizar uma análise comparativa da avaliação postural e testes de encurtamento muscular entre adolescentes atletas da ginástica artística e não praticantes de atividade física (não-atletas). Foram estudados 35 indivíduos, 17 ginastas e 18 não-atletas, com idade entre 10 e 19 anos. Para análise postural dos indivíduos foi utilizado o *Software* para Avaliação Postural (SAPO), sendo realizadas fotos dos participantes na vista anterior, posterior, lateral direita e esquerda, com base na demarcação de pontos anatômicos predeterminados pelo programa. A flexibilidade dos adolescentes foi avaliada através de testes de encurtamento muscular, realizados nos membros superiores, inferiores e coluna lombar. Foi observado através do ângulo frontal do membro inferior, que o *geno valgo* do membro inferior direito dos ginastas ( $-1,38 \pm 1,80$ ) é menor que dos participantes do grupo controle ( $-3,01 \pm 2,45$ ), sendo este resultado, estatisticamente significativo e, no lado esquerdo, houve uma tendência a estar diminuído. Os atletas apresentaram uma maior angulação em *valgo* de calcâneo que o grupo controle, sendo significativo no lado direito (ginastas:  $11,11 \pm 7,12$ ; controle:  $6,57 \pm 5,14$ ) e, havendo uma tendência a estar aumentado no lado esquerdo, apresentado também, maiores valores de flexibilidade em todos os testes realizados, salvo no Índice de Schöber. Em vista dos resultados, conclui-se que os ginastas possuem menor *geno valgo* que adolescentes do grupo controle, porém maiores graus de calcâneo *valgo*. Verificado também, que o grau de flexibilidade muscular destes atletas é melhor que dos não-atletas.